

## CAPÍTULO 5

# SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA LONGITUDINALIDADE NO CUIDADO DOS PACIENTES



<https://doi.org/10.22533/at.ed.947112518035>

Data de submissão: 10/04/2025

Data de aceite: 11/04/2025

### **Agnes Albuquerque Nogueira da Costa**

Médica pela Universidade Federal do Mato Grosso, Cuiabá/ MT  
<http://lattes.cnpq.br/2536684245911365>

### **Áila Gonçalves da Silva**

Médica pela Universidade Federal dos Vales de Jequitinhonha e Mucuri - UFVJM Teófilo Otoni/ MG  
<http://lattes.cnpq.br/2403793264013899>

### **Ayli Micaelly da Silva**

Médica pela Faculdade Santa Maria Cajazeiras/ PB  
<https://lattes.cnpq.br/6177077658262329>

### **Bruna Bessigo de Sá**

Médica pela Universidade do Grande Rio - UNIGRANRIO, Araçuaí/ MG  
<https://orcid.org/0000-0003-1901-638X>

### **Camila Abreu Almeida**

Médica pela Escola Superior de Ciências da Santa Casa de Misericórdia de Vitória Vitória/ ES  
<http://lattes.cnpq.br/4681985803388180>

### **Daniela de Oliveira Gomes**

Médica pela Faculdade de Minas – FAMINAS, Jenipapo de Minas/ MG  
<https://orcid.org/0009-0001-0223-456X>

### **Dienna de Souza Andrade**

Mestranda em Medicina de Saúde da Família ( ProfSaúde Fio Cruz) Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, Santo Antônio de Jesus/ BA  
<http://lattes.cnpq.br/1152829787335537>

### **Isadora Orneles Luiz**

Médica pela Faculdade de Minas – FAMINAS, Araçuaí/ MG  
<https://orcid.org/0009-0003-5021-0807>

### **Natália Medeiros Sanguinette**

Médica pela Faculdade de Ciências médicas da paraíba, Cabedelo - PB  
<https://orcid.org/0009-0009-6828-1308>

### **Sílvia Letícia Dutra Soares**

Médica pelo ICS - Instituto de Ciências da Saúde – FUNORTE. Araçuaí/ MG  
<https://orcid.org/0009-0001-8968-698X>

### **Suenia Manduca Rodrigues**

Médica pela Universidade Federal de Roraima, Boa Vista/ RR  
<http://lattes.cnpq.br/4193131433817495>

### **Thaysa de Macedo Carlos**

Médica pela Faculdade de Minas – FAMINAS, Araçuaí/ MG  
<https://orcid.org/0009-0007-5311-2048>

**RESUMO:** A saúde mental é um componente essencial do bem-estar geral e está intimamente ligada à saúde física, social e econômica das comunidades. A Estratégia de Saúde da Família Vila Nova, localizada na cidade de Vila Velha – ES, enfrenta problemas significativos no atendimento a pacientes com transtornos psiquiátricos, como a falta de capacitação dos profissionais de saúde, o número reduzido de consultas com especialistas e psicólogos, e o estigma associado às doenças mentais. Diante desse cenário, torna-se imperativo explorar e implementar ações de qualidade que possam ser efetivamente incorporadas, beneficiando não apenas os pacientes, mas também todos os envolvidos na promoção desse atendimento. O objetivo geral deste trabalho é explorar a necessidade da ESF Vila Nova em atender adequadamente os pacientes com psicopatologias, promovendo projetos intervencionistas de qualidade. Atualmente, há apenas uma sessão de saúde mental semanal, com um grupo de 15 pessoas atendidas, o que indica uma demanda elevada para resultados limitados. A implementação de grupos de apoio e terapias comunitárias é observada como uma abordagem extremamente eficaz, pois esses grupos não apenas oferecem suporte emocional, mas também promovem a socialização e a construção de redes de apoio, essenciais para a recuperação e o bem-estar mental. A metodologia abrangerá projetos que envolvem a participação ativa da comunidade, como oficinas de artesanato, desenvolvimento de grupos de apoio, atividades físicas e programas educativos sobre saúde mental. Além disso, abordará a capacitação dos profissionais de saúde e a implementação de ferramentas de triagem padronizadas. O resultado esperado deste trabalho é o aumento no número de atendimentos a pacientes com transtornos mentais, a ampliação do cuidado longitudinal e a melhoria na qualidade de vida desses indivíduos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Assistência à Saúde Mental, Psicologia, Saúde Mental, Serviços de Saúde Mental.

## MENTAL HEALTH IN PRIMARY CARE: INTERVENTION PROJECT FOR LONGITUDINALITY IN PATIENT CARE

**ABSTRACT:** Mental health is an essential component of general well-being and is closely linked to the physical, social, and economic health of communities. The Vila Nova Family Health Strategy, located in the city of Vila Velha, Espírito Santo, faces significant problems in the care of patients with psychiatric disorders, such as the lack of training of health professionals, the reduced number of consultations with specialists and psychologists, and the stigma associated with mental illness. Given this scenario, it becomes imperative to explore and implement quality actions that can be effectively incorporated, benefiting not only patients but also everyone involved in providing this care. The general objective of this work is to explore the need for the Vila Nova Family Health Strategy to adequately care for patients with psychopathologies, promoting quality interventionist projects. Currently, there is only one weekly mental health session, with a group of 15 people served, which indicates a high demand for limited results. The implementation of support groups and community therapies is seen as an extremely effective approach, as these groups not only offer emotional support but also promote socialization and the building of support networks, which are essential for recovery and mental well-being. The methodology will cover projects that involve active community participation, such as craft workshops, development of support groups, physical

activities and educational programs on mental health. In addition, it will address the training of health professionals and the implementation of standardized screening tools. The expected result of this work is an increase in the number of patients with mental disorders seen, the expansion of longitudinal care and an improvement in the quality of life of these individuals.

**KEYWODS:** Mental Health Care, Psychology, Mental Health, Mental Health Services, Primary care.

## INTRODUÇÃO

A saúde mental é definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como um estado de bem-estar em que o indivíduo reconhece suas próprias habilidades, é capaz de lidar com o estresse da vida cotidiana, trabalhar produtivamente e contribuir para sua comunidade. No contexto da Atenção Primária à Saúde (APS), a integração do cuidado em saúde mental é fundamental para garantir o acesso precoce ao tratamento e o acompanhamento contínuo de pacientes com transtornos mentais. No entanto, a crescente demanda por atendimentos psiquiátricos tem evidenciado uma sobrecarga nos serviços de saúde, especialmente nas Unidades Básicas de Saúde (UBS), que, muitas das vezes, não dispõem de estrutura e recursos adequados para atender essa população de forma eficiente.

O panorama epidemiológico global indica que os transtornos mentais estão entre as principais causas de incapacidade, representando aproximadamente 12% da carga global de doenças. No Brasil, estudos apontam que cerca de 20% da população apresenta algum tipo de transtorno mental ao longo da vida, com prevalências mais altas em áreas urbanas e entre grupos vulneráveis (ALENCAR et al., 2013). Fatores sociais, como pobreza, desemprego e violência, intensificam essa vulnerabilidade, criando barreiras adicionais de acesso ao tratamento adequado. Na cidade de Vila Velha, no Espírito Santo, a Unidade de Estratégia de Saúde da Família (ESF) Vila Nova reflete essa realidade, com um atendimento mensal de cerca de 3220 pacientes, dos quais aproximadamente 322 apresentam demandas relacionadas a questões psiquiátricas.

Esse cenário demonstra a importância de intervenções específicas no âmbito da Atenção Primária à Saúde (APS), em que a longitudinalidade do cuidado é um dos pilares para a promoção da saúde e a prevenção de agravos. A longitudinalidade refere-se à continuidade do cuidado prestado ao longo do tempo, permitindo que o profissional de saúde acompanhe o paciente de maneira mais próxima e integral (MOLINER; LOPES, 2013). Na Estratégia de Saúde da Família (ESF) Vila Nova, foram implementados grupos de saúde mental semanais, com a participação de 15 pessoas por sessão, proporcionando um espaço para a troca de experiências e o apoio mútuo. Contudo, a carência de infraestrutura adequada e a ausência de treinamento específico para os profissionais no manejo de pacientes com transtornos mentais prejudicam a eficácia dessa estratégia.

Além disso, é necessário destacar que a saúde mental, ao ser integrada à Atenção Primária, promove a ampliação da assistência, pois possibilita que o cuidado deixe de ser fragmentado e passe a ser parte integrante da prática cotidiana das Unidades Básicas de Saúde (UBS). Nesse sentido, a proposta da Atenção Psicossocial em saúde mental visa descentralizar o tratamento dos grandes hospitais psiquiátricos e aproximar o cuidado das comunidades, o que reforça a importância da capacitação contínua das equipes de saúde para lidar com questões psicossociais, conforme sugerido por Gama e Onocko Campos (2009) (GAMA; CAMPOS, 2009). A estratégia de territorialização, em que as UBS atuam como elo entre o paciente e a rede de saúde mental, é essencial para garantir um acompanhamento longitudinal e humanizado, particularmente em regiões com alta incidência de transtornos mentais.

Estudos apontam que a inclusão das ações de saúde mental na Atenção Básica não apenas amplia o acesso, mas também melhora os desfechos terapêuticos ao integrar a atenção psicossocial ao contexto local e às demandas específicas da população (SOUZA; RIVERA et al., 2010). Esse modelo propõe uma abordagem centrada na integralidade e na ampliação do cuidado, envolvendo tanto intervenções clínicas quanto ações voltadas para o fortalecimento de redes de apoio social, que são cruciais no tratamento de condições como depressão, ansiedade e dependência química.

Contudo, a efetividade desse modelo depende de políticas públicas que sustentem sua implementação e de investimentos contínuos em infraestrutura e capacitação. Pesquisas realizadas por Andrade et al. (2009) indicam que os profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS) muitas vezes não se sentem preparados para lidar com a complexidade dos casos de saúde mental, o que reforça a necessidade de programas de educação permanente que abordem temas como diagnóstico precoce, manejo de crises e intervenções baseadas em evidências. A capacitação também desempenha um papel vital na redução do estigma associado aos transtornos mentais, o que pode aumentar a procura por tratamento e a adesão ao cuidado (ANDRADE et al., 2009).

## JUSTIFICATIVA

A situação-problema enfrentada por essa unidade é clara: a alta demanda de pacientes psiquiátricos supera a capacidade dos serviços oferecidos, levando a diagnósticos tardios e tratamentos inadequados. Essa situação é agravada pela subnotificação de casos e pelo estigma em torno das psicopatologias, que impedem muitos indivíduos de procurar ajuda (ANDRADE et al., 2009). A formação insuficiente dos profissionais de saúde em relação às particularidades do cuidado em saúde mental também contribui para essa defasagem, resultando em intervenções pouco resolutivas e no aumento do sofrimento dos pacientes.

Concomitantemente, torna-se imprescindível destacar que, na Estratégia de Saúde da Família (ESF) Vila Nova, grupos de saúde mental semanais foram implementados, com a participação de 15 pessoas por sessão, proporcionando um espaço para troca de experiências e apoio mútuo. No entanto, a insuficiência de infraestrutura e a falta de capacitação dos profissionais para lidar com pacientes com transtornos mentais comprometem a efetividade dessa abordagem.

Portanto, é urgente a implementação de projetos que visem capacitar os profissionais das Unidades Básicas de Saúde (UBS) para atuarem de forma mais eficaz no manejo de transtornos mentais, promovendo diagnósticos precoces e tratamentos adequados. Além disso, esses projetos podem ajudar a reduzir o estigma, encorajando mais pessoas a buscar atendimento psiquiátrico. No contexto específico da Estratégia de Saúde da Família (ESF) Vila Nova, em Vila Velha, a criação de estratégias que fortaleçam a longitudinalidade no cuidado dos pacientes psiquiátricos pode ter um impacto positivo significativo na saúde da comunidade, melhorando a qualidade de vida e reduzindo as internações hospitalares (ANDRADE et al., 2009).

Dada a situação apresentada, é possível observar que a sobrecarga dos serviços na ESF Vila Nova reflete uma carência estrutural mais ampla no cuidado à saúde mental dentro da atenção primária. A alta demanda e a falta de recursos adequados expõem a necessidade urgente de estratégias sustentáveis que não só ampliem a capacidade de atendimento, mas também promovam um acompanhamento contínuo e humanizado.

A criação de um plano de intervenção focado na capacitação dos profissionais é essencial para melhorar a resposta inicial aos sintomas psiquiátricos e para identificar precocemente transtornos que possam, posteriormente, exigir tratamentos mais complexos. Essa capacitação poderia englobar desde treinamentos em avaliação diagnóstica e abordagens terapêuticas até o desenvolvimento de habilidades de comunicação empática, fundamentais no acolhimento de pacientes com sofrimento mental.

Paralelamente, é crucial que o projeto envolva a comunidade, buscando reduzir o estigma associado às psicopatologias por meio de campanhas de conscientização e ações educativas. Trabalhar junto aos familiares e aos próprios pacientes pode contribuir para criar um ambiente de apoio, em que buscar ajuda não seja motivo de vergonha, mas um passo natural em direção ao bem-estar.

A implementação de estratégias voltadas para a longitudinalidade na ESF Vila Nova reforçaria o vínculo entre pacientes e profissionais, permitindo que os cuidados fossem ajustados de acordo com as necessidades individuais e a evolução de cada caso. Além disso, essa abordagem pode potencialmente diminuir o número de atendimentos de urgência e as taxas de internação, promovendo uma saúde mental preventiva e mais acessível.

## **FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

A saúde mental no Brasil tem sido um tema de crescente preocupação, especialmente considerando o aumento significativo dos casos de transtornos mentais nos últimos anos. Dados da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) revelam que a prevalência de transtornos mentais comuns, como depressão e ansiedade, tem aumentado entre a população brasileira. Além disso, a Organização Mundial da Saúde (OMS) destaca que os transtornos mentais são uma das principais causas de incapacidade no país, contribuindo para a sobrecarga dos sistemas de saúde e sociais (JUNIOR et al., 2019).

A atenção básica, representada pelas Unidades Básicas de Saúde (UBS), desempenha um papel crucial na oferta de cuidados de saúde mental. As UBS são a porta de entrada para o Sistema Único de Saúde (SUS) e são responsáveis por fornecer cuidados contínuos e integrais à população. No entanto, a demanda por cuidados psiquiátricos nas UBS tem aumentado, e muitas vezes, essas unidades não estão adequadamente preparadas para lidar com a complexidade dos casos de saúde mental. A falta de infraestrutura adequada e a escassez de profissionais especializados são barreiras significativas para a prestação de um atendimento de qualidade (ARAÚJO; TORRENTÉ, 2023).

A capacitação da equipe de saúde das UBS é essencial para o manejo eficaz dos pacientes com transtornos mentais. Profissionais bem treinados podem identificar precocemente os sinais de psicopatologias, fornecer intervenções adequadas e encaminhar os pacientes para serviços especializados quando necessário. Além disso, a formação contínua em saúde mental ajuda a reduzir o estigma associado a esses transtornos, promovendo um ambiente mais acolhedor e compreensivo para os pacientes (ABD-ALRAZAQ et.al., 2023).

A importância de um olhar mais acolhedor e humanizado no atendimento de pacientes psiquiátricos não pode ser subestimada. Estudos mostram que a abordagem centrada no paciente, que valoriza a empatia e a escuta ativa, resulta em melhores desfechos clínicos e maior satisfação dos pacientes. Um ambiente acolhedor nas UBS pode incentivar mais pessoas a buscar ajuda e seguir os tratamentos recomendados, reduzindo a carga de doenças mentais na comunidade (MOTTA; MORÉ; NUNES, 2017).

A necessidade de mais profissionais de saúde especializados em saúde mental nas UBS é uma questão urgente. A presença de psiquiatras, psicólogos e outros especialistas pode aumentar a capacidade das UBS de oferecer tratamentos adequados e de alta qualidade. Além disso, a integração de profissionais de saúde mental nas equipes de atenção básica pode melhorar a coordenação do cuidado e garantir que os pacientes recebam uma abordagem multidisciplinar, essencial para o manejo de condições complexas (OLIVEIRA; MAGALHÃES; MISUEMATSUDA, 2018).

Portanto, a implementação de programas de capacitação e a contratação de mais profissionais especializados são medidas essenciais para melhorar a qualidade do atendimento em saúde mental nas UBS. Essas ações podem contribuir significativamente para a redução do impacto dos transtornos mentais na população brasileira, promovendo uma sociedade mais saudável e resiliente (BARBOSA et al., 2017).

A demanda crescente por cuidados em saúde mental nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) reflete uma realidade alarmante: a necessidade urgente de integrar serviços de saúde mental no atendimento primário de forma eficaz e humanizada. Dados do Ministério da Saúde indicam que cerca de 30% dos atendimentos em UBS envolvem questões relacionadas à saúde mental, o que ressalta a importância de estratégias bem delineadas para enfrentar essa demanda (NÓBREGA et al., 2021).

Um dos principais desafios enfrentados pelas UBS é a falta de preparo dos profissionais para lidar com a complexidade das condições psiquiátricas. A formação básica dos médicos de família e outros profissionais de saúde muitas vezes não inclui treinamento suficiente em saúde mental, resultando em uma capacidade limitada para diagnosticar e tratar transtornos mentais. Programas de capacitação contínua e específica são essenciais para equipar esses profissionais com as habilidades necessárias para fornecer um cuidado adequado e compreensivo (OLIVEIRA et al., 2021).

Além disso, é fundamental que os profissionais de saúde nas UBS adotem uma abordagem centrada no paciente, que inclua a escuta ativa e o acolhimento. Estudos demonstram que um atendimento humanizado e empático não só melhora a adesão ao tratamento, mas também tem um impacto positivo na saúde mental dos pacientes. A criação de um ambiente de apoio e compreensão pode reduzir significativamente o estigma associado às doenças mentais e incentivar mais indivíduos a buscar ajuda (SILVA1; DEUS; FELIPE, 2017).

A integração de profissionais especializados, como psicólogos e psiquiatras, nas equipes de saúde das UBS é uma medida crucial para melhorar a qualidade do atendimento. Esses especialistas podem proporcionar intervenções mais sofisticadas e suporte clínico para casos mais complexos, além de atuar como consultores para os demais membros da equipe de saúde. A presença de uma equipe multidisciplinar assegura que os pacientes recebam um cuidado holístico e coordenado, essencial para a gestão eficaz de transtornos mentais (NÓBREGA et al., 2021).

A implementação de grupos de apoio e intervenções comunitárias também desempenha um papel vital no manejo da saúde mental na atenção básica. Grupos de apoio, como os “Grupos de Saúde Mental” oferecidos em algumas UBS, proporcionam um espaço seguro para que os pacientes compartilhem suas experiências e recebam suporte emocional. Essas intervenções comunitárias são fundamentais para promover a resiliência e o bem-estar mental, além de facilitar a reintegração social dos indivíduos (BARBOSA et al., 2017).

Reconhecer a necessidade de políticas públicas robustas que apoiem a saúde mental na atenção básica é imprescindível. Investimentos em infraestrutura, formação de profissionais e campanhas de conscientização são necessários para fortalecer a rede de atendimento e garantir que todos os pacientes recebam o cuidado necessário. A articulação entre diferentes níveis de atenção à saúde e a promoção de uma cultura de saúde mental inclusiva e destigmatizada são passos fundamentais para melhorar a qualidade de vida da população brasileira (COSTA-ROSA, 2000).

A fundamentação teórica pode ser estendida para abordar, de forma mais profunda, o papel das Unidades Básicas de Saúde (UBS) na promoção da saúde mental e os desafios estruturais e sociais que dificultam o manejo eficaz dos transtornos mentais na atenção primária. Como já discutido, a saúde mental no Brasil é um tema de preocupação crescente, e as UBS, como porta de entrada para o Sistema Único de Saúde (SUS), são peças-chave no fornecimento de cuidados de saúde mental, apesar de enfrentarem desafios significativos.

Estudos apontam que os transtornos mentais, como a depressão e a ansiedade, são prevalentes na população brasileira. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) mostram que, em países de baixa e média renda, como o Brasil, há uma alta prevalência de transtornos mentais comuns, que muitas vezes são subdiagnosticados devido à falta de recursos adequados (JUNIOR et al., 2019). A infraestrutura insuficiente e a escassez de profissionais especializados nas UBS são fatores que dificultam a detecção precoce e o tratamento eficaz desses transtornos.

A formação e a capacitação contínua dos profissionais de saúde das Unidades Básicas de Saúde (UBS) são fundamentais para o manejo adequado dos casos de saúde mental. Pesquisas indicam que a formação insuficiente desses profissionais nas áreas de psiquiatria e psicopatologia resulta em diagnósticos tardios e, muitas vezes, inadequados, o que pode agravar o sofrimento dos pacientes (ARAÚJO; TORRENTÉ, 2023). A falta de psiquiatras, psicólogos e outros profissionais especializados nas UBS também contribui para a sobrecarga do sistema de saúde mental, com poucos recursos disponíveis para fornecer o apoio necessário aos pacientes.

Além disso, os fatores sociais e econômicos desempenham um papel importante na prevalência dos transtornos mentais e no acesso aos cuidados de saúde. A pobreza, o desemprego e a exclusão social são determinantes sociais que podem agravar os problemas de saúde mental. A atenção primária, por sua proximidade com as comunidades, tem o potencial de oferecer uma abordagem mais humanizada e inclusiva no cuidado desses pacientes, abordando não apenas os sintomas clínicos, mas também os fatores psicosociais envolvidos (ABD-ALRAZAQ et.al., 2023).

Outro aspecto fundamental é a necessidade de combater o estigma associado aos transtornos mentais. A subnotificação de casos muitas vezes é causada pelo medo de discriminação e preconceito, o que leva muitas pessoas a evitarem buscar ajuda. Programas de conscientização e educação em saúde mental são essenciais para reduzir o estigma e promover um ambiente de apoio nas comunidades, incentivando a busca por tratamentos (MOTTA; MORÉ; NUNES, 2017).

No contexto ESF Vila Nova, localizada em Vila Velha, no Espírito Santo, o aumento da demanda por atendimentos psiquiátricos reflete a necessidade urgente de intervenções. Atualmente, a unidade atende cerca de 60 pacientes psiquiátricos por mês, e grupos de saúde mental são realizados semanalmente, com 15 pessoas participando de cada sessão. Embora esses grupos ofereçam um espaço para troca de experiências e apoio, a falta de infraestrutura e a escassez de profissionais especializados limitam o impacto dessas iniciativas (OLIVEIRA; MAGALHÃES; MISUEMATSUDA, 2018).

A introdução de mais profissionais especializados e a capacitação da equipe de saúde nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) são estratégias que podem melhorar significativamente os desfechos em saúde mental. A integração de uma equipe multidisciplinar, composta por psiquiatras, psicólogos, assistentes sociais e outros profissionais de saúde, pode proporcionar um cuidado mais abrangente e coordenado para os pacientes com transtornos mentais (BARBOSA et al., 2017). Além disso, a formação contínua e a educação permanente para os profissionais das UBS são fundamentais para assegurar que eles estejam preparados para lidar com a complexidade dos casos de saúde mental (SILVA1; DEUS; FELIPE, 2017).

Em conclusão, a implementação de políticas públicas que fortaleçam o papel das UBS no cuidado da saúde mental, bem como o investimento em infraestrutura e capacitação de profissionais, é essencial para enfrentar o crescente desafio dos transtornos mentais no Brasil. Essas intervenções não apenas melhorariam a qualidade do atendimento, mas também promoveriam uma sociedade mais saudável e resiliente (NÓBREGA et al., 2021).

## OBJETIVOS

### Objetivo Geral

Atender à necessidade da Unidade Básica de Saúde (UBS) Vila Nova, localizada no município de Vila Velha, Espírito Santo, de ser resolutiva no cuidado a pacientes com psicopatologias, por meio da promoção de projetos intervencionistas de qualidade e da oferta de um cuidado longitudinal.

### Objetivos Específicos

Diagnosticar as principais deficiências no atendimento a pacientes com transtornos psiquiátricos de qualquer natureza na Unidade Básica de Saúde (UBS) Vila Nova.

Propor a implementação de programas de capacitação no manejo de pacientes psiquiátricos para os profissionais que exercem funções na unidade.

Aumentar o atendimento aos pacientes com doenças psiquiátricas por meio de grupos e oficinas de artesanato.

Melhorar a adesão ao tratamento não medicamentoso por meio da formação de grupos de atividade física.

Propor o aumento da equipe de assistência, incluindo psicólogos.

## METODOLOGIAS

A intervenção será realizada na Unidade Básica de Saúde (UBS) Vila Nova, localizada no município de Vila Velha, Espírito Santo. O projeto terá início em março de 2025 e será concluído em março de 2026, totalizando um período de 12 meses de execução. Essa iniciativa foi planejada com o objetivo de melhorar as estratégias de manejo de pacientes com psicopatologias, integrando medidas práticas que promovam a qualidade de vida e o bem-estar, ao mesmo tempo em que fortalecem a saúde mental comunitária.

O público-alvo do projeto inclui pessoas com psicopatologias atendidas pela UBS Vila Nova. As ações visam não apenas aprimorar os cuidados oferecidos, mas também ampliar o acesso a serviços de saúde mental de qualidade. Além disso, a intervenção busca valorizar práticas já existentes na unidade, como os grupos de apoio, otimizando horários e escalas para aumentar a disponibilidade e o alcance desses serviços.

A operacionalização do projeto contará com uma equipe multidisciplinar composta por médicos, enfermeiros, psicólogos e agentes comunitários de saúde. Essa equipe será treinada e capacitada por meio de oficinas e seminários que abordarão técnicas modernas para prevenção e manejo de psicopatologias. A formação incluirá a identificação precoce de sinais de alerta, estratégias para gestão de crises e práticas de comunicação eficaz e empática com pacientes em risco. O objetivo é garantir que os profissionais estejam preparados para lidar com temas sensíveis, como o suicídio, e oferecer um atendimento humanizado e adaptado às necessidades da comunidade.

Além do treinamento, o projeto prevê a integração de tecnologias como aplicativos ou plataformas digitais para facilitar o rastreamento e o acompanhamento dos pacientes, tornando os processos mais acessíveis e eficientes. Essas ferramentas serão incorporadas às práticas diárias da UBS, possibilitando uma abordagem mais integrada e abrangente.

Entre as ações principais, destacam-se os grupos de apoio, organizados para atender semanalmente ou quinzenalmente até 15 participantes por sessão. Esses encontros serão realizados nas dependências da UBS e oferecerão um espaço seguro para a troca de experiências e a construção de vínculos entre os participantes, promovendo um suporte mútuo essencial para a melhoria da saúde mental. Paralelamente, o projeto incluirá oficinas de artesanato, uma atividade reconhecida cientificamente por proporcionar calma, melhorar a cognição e favorecer o desenvolvimento emocional.

Adicionalmente, a academia social localizada em frente à UBS será integrada às atividades do projeto, oferecendo sessões regulares de exercícios físicos para idosos. A prática de atividades físicas, especialmente em grupo, contribui significativamente para reduzir sintomas depressivos e ansiosos, além de estimular a socialização e a movimentação corporal, fatores cruciais para a qualidade de vida na terceira idade.

O cronograma do projeto contempla diversas etapas. Em março de 2025, será realizado o planejamento inicial, seguido pelo treinamento da equipe e pela divulgação do projeto para a comunidade. De abril de 2025 a janeiro de 2026, serão implementadas as ações previstas, incluindo os grupos de apoio, oficinas de artesanato e atividades físicas. Em fevereiro de 2026, será realizada a coleta e análise de dados, enquanto em março de 2026 serão apresentados os resultados, marcando o encerramento da intervenção.

O monitoramento e a avaliação do projeto serão contínuos e detalhados. Questionários e instrumentos de avaliação serão aplicados periodicamente para medir o impacto das ações, permitindo ajustes e melhorias ao longo do processo. Além disso, o feedback dos participantes será analisado para garantir que as intervenções atendam às necessidades da comunidade. Relatórios detalhados serão elaborados ao final do projeto e os resultados serão compartilhados em conferências e workshops, incentivando a replicação das melhores práticas identificadas.

Esse projeto de intervenção busca integrar práticas baseadas em evidências com o conhecimento e a experiência da equipe local, promovendo uma abordagem inovadora e eficaz para o manejo de psicopatologias. Ao valorizar a saúde mental como um componente essencial da qualidade de vida, o projeto espera trazer benefícios duradouros para os usuários da UBS Vila Nova e para a comunidade como um todo.

## RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se que a implementação do projeto de intervenção em saúde mental na ESF Vila Nova traga melhorias significativas no cuidado oferecido aos pacientes com transtornos mentais. Com a capacitação contínua dos profissionais, a expectativa é que haja uma identificação precoce e um diagnóstico mais preciso dos transtornos, facilitando o encaminhamento adequado e resultando em uma melhor qualidade de atendimento. Além disso, a criação de um ambiente acolhedor e humanizado, somado à inclusão de grupos de apoio, deve reduzir o estigma e incentivar a busca por ajuda. A presença de equipes multidisciplinares, com psicólogos e psiquiatras, permitirá um cuidado mais holístico, enquanto o investimento em infraestrutura e recursos fortalecerá a rede de atendimento e a satisfação dos pacientes. Com essas ações, o projeto pode promover uma melhora expressiva nos desfechos clínicos e no bem-estar da comunidade.

Ademais, com a implementação do projeto intervencionista focado na saúde mental, espera-se alcançar diversos resultados positivos. Primeiramente, a capacitação e a formação contínua dos profissionais de saúde, incluindo médicos, enfermeiros e agentes comunitários, deverão ser aprimoradas, permitindo que reconheçam e manejam efetivamente os transtornos mentais. Esse treinamento resultará em uma melhoria significativa na identificação precoce, no diagnóstico e no encaminhamento adequado dos pacientes com psicopatologias, além de elevar a qualidade do atendimento oferecido (MOLINER; LOPES, 2013).

A proposta também visa à criação de um ambiente mais acolhedor e humanizado nas UBS. Profissionais capacitados poderão oferecer um atendimento empático e centrado no paciente, o que é crucial para reduzir o estigma associado às doenças mentais e incentivar mais indivíduos a buscar ajuda. A presença de grupos de apoio, como os “Grupos de Saúde Mental”, proporcionará um espaço seguro para que os pacientes compartilhem suas experiências e recebam suporte emocional, promovendo a resiliência e o bem-estar mental (ALENCAR et al., 2013).

A integração de profissionais especializados, como psicólogos e psiquiatras, nas equipes das UBS é um objetivo essencial do projeto. Espera-se que a presença desses especialistas melhore a capacidade das UBS de oferecer intervenções mais sofisticadas e suporte clínico para casos mais complexos. A formação de equipes multidisciplinares garantirá que os pacientes recebam um cuidado holístico e coordenado, essencial para a gestão eficaz dos transtornos mentais (ANDRADE et al., 2009).

Espera-se a redução do número de casos subnotificados e um aumento na procura por serviços de saúde mental. As campanhas de conscientização sobre saúde mental, aliadas à capacitação dos profissionais, ajudarão a desestigmatizar os transtornos mentais e a encorajar mais pessoas a buscar tratamento. Isso deverá refletir-se em melhores desfechos clínicos e em uma maior satisfação dos pacientes com os serviços de saúde oferecidos. (JUNIOR et al., 2019)

A melhoria geral na infraestrutura e nos recursos disponíveis nas UBS é um objetivo crucial. A implementação de políticas públicas robustas que apoiam a saúde mental na atenção básica, juntamente com investimentos em infraestrutura e na formação de profissionais, deverá fortalecer a rede de atendimento e garantir que todos os pacientes recebam o cuidado necessário. Este projeto tem o potencial de contribuir significativamente para a redução do impacto dos transtornos mentais na população brasileira, promovendo uma sociedade mais saudável e resiliente (SOUZA; RIVERA et al., 2010).

Concomitantemente, a realização de grupos de saúde mental é fundamental para promover o bem-estar emocional e psicológico dos participantes. Esses grupos oferecem um espaço seguro onde os indivíduos podem compartilhar experiências, desafios e estratégias de enfrentamento, o que ajuda a reduzir a sensação de isolamento e estigmatização. Além disso, a troca de vivências entre os membros fortalece a empatia e o apoio mútuo, criando uma rede de suporte que pode ser crucial em momentos de dificuldade. Por meio de discussões guiadas e atividades específicas, os grupos também promovem a conscientização sobre questões de saúde mental, incentivando o autocuidado e a busca por ajuda profissional quando necessário (JUNIOR et al., 2019).

O artesanato, por meio da criatividade e da expressão artística, permite que os indivíduos canalizem emoções, reduzindo o estresse e a ansiedade. A atividade de criar algo com as próprias mãos traz uma sensação de realização e satisfação, além de promover a atenção plena, ajudando a afastar pensamentos negativos (ANDRADE et al., 2009).

Por outro lado, a prática de atividades físicas libera endorfinas, neurotransmissores que melhoram o humor e reduzem a sensação de dor. Exercícios físicos regulares também promovem um melhor sono, aumentam a autoestima e contribuem para a redução dos sintomas de depressão e ansiedade. Além disso, a prática de atividades em grupo, como aulas de dança ou esportes, proporciona interação social, fortalecendo vínculos e criando um ambiente de apoio. Juntas, essas práticas formam uma abordagem holística que melhora não apenas a saúde física, mas também o bem-estar emocional e psicológico (ABD-ALRAZAQ et.al., 2023).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Assim, destaca-se a importância da atenção primária no manejo dos transtornos mentais e a necessidade de aprimorar continuamente as políticas de saúde mental no Brasil. Embora tenha havido avanços significativos, ainda persiste um desafio considerável na capacitação dos profissionais de saúde para lidarem adequadamente com as diversas psicopatologias que afetam a população.

A praça em frente à Unidade Básica de Saúde (UBS) local oferece uma excelente oportunidade para desenvolver programas de atividade física e interação social, os quais são comprovadamente benéficos para a saúde mental. Portanto, recomenda-se que a UBS intensifique a realização de atividades na praça em frente à sua instalação, utilizando a infraestrutura disponível para promover a integração social e o bem-estar mental dos frequentadores, especialmente dos idosos.

Concomitantemente, é extremamente importante prever o aumento da equipe, visto que há apenas uma psicóloga para atender a todas as demandas de saúde mental dos habitantes que necessitam.

Além disso, é essencial investir continuamente na capacitação dos profissionais de saúde, garantindo que estejam preparados para identificar e manejar adequadamente os casos de psicopatologias. Com profissionais mais capacitados e atividades comunitárias bem estruturadas, será possível oferecer um atendimento mais humanizado e eficiente, contribuindo para a melhoria da saúde mental da população.

## **REFERÊNCIAS**

ALENCAR, F. S. de et al. Atendimento domiciliar em saúde mental ao usuário do caps. ID on line. Revista de psicologia, v. 7, n. 21, p. 85–93, 2013. Citado 2 vezes nas páginas 13 e 25.

ANDRADE, F. B. d. et al. Saúde mental na atenção básica: um estudo epidemiológico baseado no enfoque de risco. Revista brasileira de enfermagem, SciELO Brasil, v. 62, p. 675–680, 2009. Citado 4 vezes nas páginas 14, 15, 25 e 26.

ARAÚJO, T. M. d.; TORRENTÉ, M. d. O. N. d. Saúde mental no brasil: desafios para a construção de políticas de atenção e de monitoramento de seus determinantes. Epidemiologia e Serviços de Saúde, SciELO Public Health, v. 32, p. e2023098, 2023. Citado 2 vezes nas páginas 17 e 19.

ABD-ALRZAQ, Alaa et al. Wearable artificial intelligence for anxiety and depression: Scoping review. Journal of Medical Internet Research, v. 25, p. e42672, 2023. DOI: 10.2196/42672.

BARBOSA, V. F. B. et al. O papel da atenção primária de saúde na constituição das redes de cuidado em saúde mental. Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, p. 659–668, 2017. Citado 2 vezes nas páginas 18 e 20.

COSTA-ROSA, A. da. Modo psicossocial: um paradigma das práticas substitutivas ao modo asilar. 2000. Citado na página 19.

GAMA, C. A. P. da; CAMPOS, R. O. Saúde mental na atenção básica-uma pesquisa bibliográfica exploratória em periódicos de saúde coletiva (1997-2007). *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental/ Brazilian Journal of Mental Health*, v. 1, n. 2, p. 110–130, 2009. Citado na página 14.

JUNIOR, G. A. et al. Levantamento epidemiológico em saúde mental de um município do interior de minas gerais. *Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção*, Universidade de Santa Cruz do Sul, v. 9, n. 3, p. 207–211, 2019. Citado 4 vezes nas páginas 17, 19, 25 e 26.

MOLINER, J. d.; LOPES, S. M. B. Saúde mental na atenção básica: possibilidades para uma prática voltada para a ampliação e integralidade da saúde mental. *Saúde e Sociedade*, SciELO Brasil, v. 22, p. 1072–1083, 2013. Citado 2 vezes nas páginas 13 e 25.

MOTTA, C. C. L. d.; MORÉ, C. L. O. O.; NUNES, C. H. S. d. S. O atendimento psicológico ao paciente com diagnóstico de depressão na atenção básica. *Ciência & Saúde Coletiva*, SciELO Public Health, v. 22, p. 911–920, 2017. Citado 2 vezes nas páginas 17 e 19.

NÓBREGA, M. d. P. S. d. S. et al. Enfermeiros de atenção primária à saúde: atitudes frente à pessoa com transtorno mental. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, SciELO Brasil, v. 42, p. e20200088, 2021. Citado 2 vezes nas páginas 18 e 20.

OLIVEIRA, J. L. C. d.; MAGALHÃES, A. M. M. d.; MISUEMATSUDA, L. Métodos mistos na pesquisa em enfermagem: possibilidades de aplicação à luz de creswell. *Texto & Contexto-Enfermagem*, SciELO Brasil, v. 27, n. 2, p. e0560017, 2018. Citado 2 vezes nas páginas 17 e 20.

OLIVEIRA, P. S. d. et al. Apoio matricial em saúde mental infantojuvenil na atenção primária à saúde: pesquisa intervenção socioclinica institucional. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, SciELO Brasil, v. 55, p. e03731, 2021. Citado na página 18.

SILVA1, F. C.; DEUS, L. M. B. de; FELIPE, M. D. A. Implantação do matriciamento em saúde mental na atenção básica do município de toritama-pe. 2017. Citado 2 vezes nas páginas 18 e 20.

SOUZA, Â. C.; RIVERA, F. J. U. et al. A inclusão das ações de saúde mental na atenção básica: ampliando possibilidades no campo da saúde mental. UNB, 2010. Citado 2 vezes nas páginas 14 e 26.